



REDE MISTA - 3º ENSINO DO MÊS DE AGOSTO – 2026

A VIDA DE ORAÇÃO E O COMBATE ESPIRITUAL

A vida é uma batalha. Há muito tempo que nos fazem acreditar que a nossa vida é só aqui, que tudo o que acontece é por mero acaso, que cada um de nós está sozinho na aventura da própria existência. Mas não é assim. Nossa vida terrena situa-se na dimensão da eternidade e está ligada à realidade sobrenatural (Deus) e preternatural (anjos). O que acontece pode depender de nós, mas também pode depender de outras forças. **Vamos ler Ef 6, 11-13:**

“Revesti-vos da armadura de Deus, para que possais resistir às ciladas do demônio, porque nós não temos que lutar (somente) contra a carne e o sangue, mas sim contra os principados e potestades (do inferno), contra os dominadores deste mundo tenebroso, contra os espíritos malignos (espalhados) pelos ares. Portanto, tomai a armadura de Deus, para que possais resistir no dia mau e ficar de pé depois de ter vencido tudo”.

Nesta passagem bíblica são nas apresentadas três forças que devemos lutar contra diariamente: o próprio demônio e seus principados e potestades; a carne (os sentidos do corpo que são portas abertas para o demônio nos tentar: visão, audição, tato, paladar e olfato) e o sangue (eu mesmo, minha natureza decaída que tem inclinação a pecar por causa do pecado original e causa em mim paixões desordenadas).

Vamos falar neste ensino sobre duas forças que nos levam a pecar: o demônio com seus principados e potestades e a carne que é influenciada pelo mal. Santo Inácio de Loyola compara o demônio a um comandante que precisa conquistar um castelo. Um comandante sempre estuda o ponto fraco do adversário para depois executar o ataque. O diabo faz o mesmo conosco: nunca nos atacará nos pontos em que somos mais fortes, mas sempre nos pontos em que somos mais fracos. Tudo isso significa que devemos, em primeiro lugar, trabalhar nossos pontos fracos e saber agir durante os ataques do diabo.

Como conhecer nossos pontos fracos? A porta de entrada são os 5 sentidos! Preciso me conhecer! Às vezes ver filmes, séries, Tik Tok, vídeos do Youtube, mensagens de grupos do whats app, ouvir músicas com danças insinuantes, receber toques ou fazer toques em regiões do meu corpo podem me levar a cair em tentação e pecar. Isso quer dizer que, como você já se conhece, precisa lutar contra as ocasiões de pecar pela carne. Nunca recuar, mas sempre contra-atacar! Uma das coisas que controla a nossa carne é a vida de oração e o jejum.

Se decidimos rezar dez minutos pela manhã, o dia está bonito e acordamos felizes, esses dez minutos tornam-se maravilhosos. Mas se um dia acordarmos tristes e cansados, esses dez minutos parecerão muito pesados. Bem, nesse caso, seria um problema desistir e pensar: “Bem, em vez de rezar por dez minutos, rezarei por cinco”. Se desistirmos, o diabo ficará ainda mais feroz. Em vez disso, devemos fazer outra coisa. Justamente porque não temos vontade, não só devemos respeitar o compromisso dos dez minutos, mas em vez de dez, façamos mais. Em suma, é preciso reagir e passar ao contra-ataque, mesmo que isso nos custe, e custe muito. Nesse caso, o diabo desistirá porque compreenderá que não só não conseguiria alcançar seu objetivo, mas até aumentaria os méritos daquele que está sendo tentado. Deus nos deu o livre-arbítrio porque nos ama muito. Nunca quis nos

criar como escravos de seu criador. A única coisa que Deus nos pede, é que lutemos contra o mal para que não caiamos em tentação e pequemos. O pecado nos afasta de Deus e com isso não alcançamos o céu. Se pecamos, perdemos o direito da vida eterna.

Organizado por: Priscila Rímoli de Almeida— membro permanente da Com. Católica Boa Nova

Referência: Scaramelli, Giovanni Battista. Discernimento dos Espíritos. São Paulo: Ecclesiae, 2015; Rezende, Pe. P. R. É Deus ou o diabo? Santo Inácio nos ajuda a discernir. Disponível em: <https://padrepauloricardo.org/blog/e-deus-ou-o-diabo-santo-inacio-nos-ajuda-a-discernir>

Para partilhar: Já entendemos que a vida é uma constante batalha. Tenho lutado contra o mal e fugido das ocasiões de pecado? O que tenho feito para me abastecer e controlar melhor meus pontos fracos: vida de oração, confissão, jejum, comungo aos domingos?

Paz e bem!